

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap orang tentu menikah dengan harapan memiliki keturunan yang sehat dan cerdas, namun semuanya tetap kembali pada kehendak Sang Pencipta. Setiap harinya, bayi lahir ke dunia dari rahim seorang wanita. Dalam Indonesia sendiri, puluhan ribu bayi lahir dengan berbagai kondisi. Sebagian lahir dengan sehat dan normal, sedangkan beberapa di antaranya mengalami kondisi yang berbeda dengan anak normal lainnya. Joewono (2011) dalam Kompas, mengungkapkan data Badan Kependudukan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mencatat jumlah kelahiran bayi di Indonesia menyentuh angka 10.000 bayi per harinya. Sekian banyak bayi yang lahir di Indonesia, sekian persennya merupakan penyandang disabilitas. Penyandang disabilitas merupakan individu yang memiliki gangguan tertentu sehingga menyulitkannya untuk melakukan kegiatan seperti orang normal pada umumnya (Soetjiningsih, 1995, hal. 178).

Putri (2015) dalam Harian Kompas (edisi 11 April 2015) memaparkan data Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) mengenai penyandang disabilitas menyentuh angka 10 persen dari total penduduk di dunia atau berjumlah 650.000.000 individu. Lebih lanjut, data Bapenas melaporkan bahwa di Indonesia sendiri ada 6.000.000 penyandang disabilitas. Berbagai macam kebutuhan khusus yang disandang oleh jutaan bayi tersebut, hasil pendataan sembilan provinsi

pada tahun 2009 oleh *International Classification of Functioning for Disability and Health* (ICF) menyebutkan bahwa retardasi mental merupakan kelainan terbanyak nomor dua setelah cacat kaki dengan persentase 15,41% (Indarwati, 2009). Retardasi mental sendiri merupakan salah satu bentuk disabilitas intelektual (Reefani, 2013, hal. 86). *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa jumlah anak penyandang retardasi mental di dunia menyentuh angka 7,7% atau sekitar 40.000.000 orang (Soetjiningsih, 1995, hal. 178). Di Indonesia, gangguan retardasi mental menyentuh angka 1-3% dari jumlah penduduk di negara ini, dengan perbandingan 1,5 : 1 untuk laki-laki banding perempuan (Judarwanto, 2009, dalam Koran Indonesia Sehat edisi 16 Desember 2009).

Retardasi mental adalah kelainan seseorang dengan intelegensi di bawah rata-rata sehingga daya guna dalam kehidupan sosial dan pekerjaannya menjadi terganggu (Sunaryo, 2004, hal. 185). Hidayat (2007, hal. 28) mendefinisikan retardasi mental sebagai kelainan fungsi intelektual disertai perilaku adaptif, dan biasanya muncul sebelum usia 18 tahun.

Tentu saja, banyak emosi negatif berkecamuk dalam hati seorang ibu ketika mengetahui bahwa buah hatinya mengalami gangguan yang satu ini. Penelitian yang dilakukan oleh Chandorkar & Chakraborty (2000) membuktikan bahwa lebih banyak masalah psikologis yang dialami oleh ibu dengan anak retardasi mental daripada ayah karena ibu lebih banyak berhubungan dan mengurus buah hatinya. Penelitian Sen (dalam Ramawati, 2011) menunjukkan

kebanyakan ibu dengan anak retardasi mental adalah ibu rumah tangga dan tidak dapat bekerja karena merasa kesulitan untuk membagi waktunya antara pekerjaan dengan mengurus sang anak. Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan oleh Yolanda, dkk, pada tahun 2012 membuktikan bahwa ibu dengan anak retardasi mental yang tidak bekerja lebih rentan mengalami depresi karena sepanjang waktunya hanya dihabiskan untuk mengurus anaknya yang mengalami retardasi mental dibandingkan ibu dari anak retardasi mental yang memiliki pekerjaan. Ariani, dkk, (2014) juga membuktikan bahwa ibu merasa stres, cemas, dan khawatir terhadap buah hatinya yang mengalami retardasi mental. Masih berkaitan dengan hal tersebut, pendapat lain dikemukakan oleh Semiun (2010, hal. 274) yang menyatakan bahwa orang tua dengan kondisi ekonomi yang lemah serta tingkat pendidikan yang rendah cenderung lebih mampu menerima kehadiran anak mereka yang mengalami retardasi mental daripada orang tua dengan kondisi ekonomi dan tingkat pendidikan yang lebih tinggi.

Emosi negatif diartikan sebagai emosi yang muncul dalam diri seseorang namun tidak dikehendaki oleh individu tersebut (Hude, 2008, hal. 256). Emosi negatif biasanya membuat seseorang merasa frustrasi, iri hati, putus asa, dengki, dendam, dan beberapa perasaan negatif lainnya yang bersarang dalam diri seseorang (Wuryanano, 2007, hal. 63). Menurut Gray (2001, hal. 149) ada dua belas macam emosi negatif, yaitu perasaan marah, kecewa, cemas, sedih, menyesal, takut, sakit hati, iri, ngeri, malu, frustrasi, dan terganggu.

Beragam emosi negatif tersebut tentu sering muncul dalam hati para ibu dengan anak retardasi mental. Bahkan, penelitian Ramanda pada tahun 2008 memaparkan sebuah fenomena seorang ibu dengan anak retardasi mental yang ingin mencekik anaknya ketika mengetahui sang anak mengalami retardasi mental. Hal tersebut tentu bukan hal yang sehat bagi psikologis sang ibu dengan anak retardasi mental. Kemunculan beragam emosi negatif harus diatasi dengan tepat agar kehidupan ibu dengan anak retardasi mental tetap dapat berjalan dengan baik. Hude (2008, hal. 257) mengungkapkan, salah satu cara mengatasi emosi negatif adalah dengan melakukan koping. Koping merupakan upaya khusus yang dilakukan seseorang untuk mengatasi kondisi yang mengancam, menantang, atau dianggap sebagai luka (Siswanto, 2007, hal. 60). Tamher & Noorkasiani (2009, hal. 81) mengartikan koping sebagai upaya yang dilakukan seseorang untuk mengatasi sesuatu yang mengancam.

Beragam emosi negatif beserta koping dari para ibu dengan anak retardasi mental terungkap ketika peneliti datang ke SLB Yayasan Pendidikan Anak Cacat Semarang pada hari Rabu, 3 Februari 2016. Hari itu, peneliti berdiskusi dengan sekelompok ibu yang sedang mengantar anak mereka sekolah. Melalui diskusi singkat tersebut, peneliti menangkap beberapa emosi negatif yang menyelimut hati para ibu dengan anak retardasi mental beserta kopingnya.

Ibu A bercerita bahwa anak keduanya mengalami retardasi mental dan ia kerap kali merasakan perasaan cemas tentang masa

depan putranya tersebut. Selain perasaan cemas yang sering menyergap hatinya, beliau juga sedih dengan kondisi putranya yang berbeda dengan anak-anak lain pada umumnya. Perasaan cemas dan sedih yang sering muncul dalam hatinya itu mampu diredamnya dengan berdoa. Beliau mengaku lebih tenang setelah berdoa ketika berbagai emosi negatif tersebut timbul dalam hatinya.

Hal serupa juga terjadi dengan ibu B. Ibu muda yang satu ini menjelaskan bahwa bagaimanapun, ia tetap bersyukur dengan kondisi anaknya. Rasa syukurnya itu dilandasi oleh pengetahuan bahwa masih terlalu banyak anak-anak berkebutuhan khusus dengan gangguan lain yang lebih parah daripada anaknya. Ibu B memang mampu bersyukur di tengah kekurangan buah hatinya, namun begitu, tetap saja ada emosi negatif yang mengambang dalam hatinya. Ia menuturkan, ada perasaan sedih ketika menerima kenyataan bahwa anaknya harus bersekolah di SLB. Ketika ditanya tentang upaya yang dilakukan saat emosi negatif menggelayut dalam hatinya, beliau seringkali mengatasinya dengan saling bercerita dan menguatkan dengan suaminya. Membagi beban yang bersarang dalam hatinya dengan pasangan hidup mampu membuatnya lebih kuat dalam menerima kondisi putranya tersebut.

Ibu C juga merasakan beberapa emosi negatif dengan kehadiran putra terakhirnya yang mengalami retardasi mental. Ia menerangkan, emosi negatif yang paling sering muncul dalam hatinya adalah perasaan sedih ketika melihat perkembangan putranya tidak sebaik ketiga anaknya yang lain. Beliau mengungkapkan, merawat anak

retardasi mental jauh lebih sulit dan membutuhkan kesabaran daripada merawat anak-anaknya yang normal karena perkembangan putranya yang lambat. Hal yang sering dilakukannya ketika emosi negatif tersebut menghampiri dirinya adalah pergi ke rumah anaknya yang lain dan melihat cucunya.

Berdasarkan uraian di atas mengenai berbagai emosi negatif dan koping dari para ibu dengan anak retardasi mental, maka peneliti ingin mengetahui lebih dalam tentang emosi-emosi negatif dan koping para ibu yang memiliki anak retardasi mental.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami berbagai emosi negatif yang timbul dan koping yang digunakan oleh para ibu dengan anak retardasi mental.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam perkembangan ilmu Psikologi, khususnya Psikologi klinis mengenai emosi negatif, Psikologi kesehatan mental yang berkaitan dengan koping, serta bidang Psikologi klinis anak yang berhubungan dengan kehidupan anak-anak retardasi mental.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang koping emosi-emosi negatif yang digunakan oleh ibu dengan anak retardasi mental, sehingga para ibu dengan anak retardasi mental memiliki wawasan baru tentang koping-koping yang bisa mereka lakukan ketika mengalami emosi negatif serupa.

